

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	8-01
ЭЦ-391, Б-24, Ж-27, У-15, Вит.РР-9, На-160, К-270, Са-47, Mg-26, P-221, Fe-2	.085	Котлета из филе цыпленка бр.	61-72
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	23-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-730, Б-32, Ж-36, У-71, Вит.С-68, Вит.РР-15, На-2261, К-1281, Са-138, Mg-77, P-375, Fe-4			106
5-11 класс			
ЭЦ-34, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-10, На-508, К-65, Са-22, Mg-7, P-12	.065	Салат из свежей капусты	8-67
ЭЦ-842, Б-15, Ж-48, У-57, Вит.А-6, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-27, К-249, Са-48, Mg-65, P-157, Fe-1	.053/200	Плов по - узбекски	90-37
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-1138, Б-23, Ж-50, У-118, Вит.А-6, Вит.С-16, Вит.РР-2, На-717, К-373, Са-82, Mg-81, P-201, Fe-2			122
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/7	Каша ячневая с маслом сливочным	20-11
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, На-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	12-68
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-28
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	38-93
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	8-01
ЭЦ-391, Б-24, Ж-27, У-15, Вит.РР-9, На-160, К-270, Са-47, Mg-26, P-221, Fe-2	.085	Котлета из филе цыпленка бр.	61-72
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	23-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-1454, Б-51, Ж-64, У-172, Вит.А-1, Вит.С-79, Вит.РР-16, На-3376, К-1873, Са-410, Mg-123, P-619, Fe-5			195
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	26-48
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, На-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	16-94
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-28
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	41-30
ЭЦ-34, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-10, На-508, К-65, Са-22, Mg-7, P-12	.065	Салат из свежей капусты	8-67
ЭЦ-842, Б-15, Ж-48, У-57, Вит.А-6, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-27, К-249, Са-48, Mg-65, P-157, Fe-1	.053/200	Плов по - узбекски	90-37
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-1971, Б-46, Ж-83, У-234, Вит.А-7, Вит.С-31, Вит.РР-3, На-2081, К-1067, Са-391, Mg-135, P-477, Fe-3			224
50 родительская плата			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	Каша ячневая с маслом сливочным	25-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, На-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	18-35
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-773, Б-17, Ж-20, У-132, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-653, К-314, Са-181, Mg-35, P-203, Fe-2			50
50 руб. родительская плата			
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/19/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	25-66
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, На-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	18-35
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-95
ЭЦ-647, Б-15, Ж-18, У-110, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, На-658, К-433, Са-79, Mg-34, P-149, Fe-3			50

Руководитель

Зав.производством